

**MODEL KORSET DENGAN BAHAN DASAR SUPPORT BAMBU  
UNTUK MENGURANGI NYERI LBP PADA PENGEMUDI BUS  
DI KOTA SURAKARTA**



**SKRIPSI**

**DISUSUN UNTUK MEMENUHI PERSYARATAN DALAM MENDAPATKAN  
GELAR SARJANA SAINS TERAPAN FISIOTERAPI**

Disusun oleh :

**RENDRA GITA AULIA M.H.**

**J110060039**

**PROGRAM STUDI D IV FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2010**

**PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI**

**“ MODEL KORSET DENGAN BAHAN DASAR SUPPORT BAMBU  
UNTUK MENGURANGI NYERI LBP PADA PENGEMUDI BUS  
DI KOTA SURAKARTA”**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Ujian Skripsi Program Diploma IV

Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

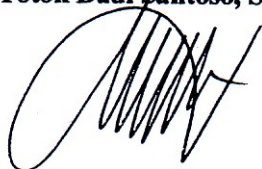
Diajukan Oleh:

**RENDRA GITA AULIA MASHUQI HAKIM**

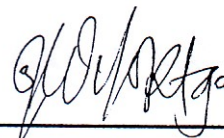
**NIM. J110060039**

**Pembimbing**

**Totok Budi Santoso, SST.FT, MPH.**



**Wijianto, SST.FT**



## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “ MODEL KORSET DENGAN BAHAN DASAR SUPPORT BAMBU UNTUK MENGURANGI NYERI LBP PADA PENGEMUDI BUS DI KOTA SURAKARTA ”

Skripsi ini telah dipertahankan, dikoreksi dan disetujui didepan penguji. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana sains terapan fisioterapi di Program Studi DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Surakarta,.....Juli 2012

Menyetujui,

**TIM PENGUJI SKRIPSI**

**Penguji**

**Tanda Tangan**

1. Totok Budi Santoso, SST.FT, MPH.

(  )

2. Wijianto, SST.FT

(  )

3. Dwi Rosella K, SST.FT, M.Fis

(  )

**Mengetahui,**

**Dekan FIK UMS**



**(Arif Widodo, A.Kep, M.Kes)**

## DEKLARASI

Bimillahirroahmanirrohim

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, peneliti menyatakan bahwa skripsi ini tidak berisi materi yang pernah ditulis oleh orang lain atau diterbitkan. Demikian juga skripsi ini tidak berisi satupun pikiran-pikiran orang lain, kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan bahan rujukan.

Apabila dikemudian hari ternyata terdapat materi atau pikiran orang lain dalam referensi yang peneliti cantumkan, maka peneliti sanggup mempertanggungjawabkan kembali keaslian skripsi ini dihadapan siding skripsi.

Demikian deklarasi ini dibuat oleh peneliti untuk dapat dimaklumi.

Surakarta, maret 2012

Peneliti

A handwritten signature in blue ink, consisting of a stylized 'R' followed by 'GA' and a long horizontal stroke.

Rendra Gita Aulia M.H.

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahirabbil'alamin* segala puji bagi Allah atas limpahan karunia-Nya yang tiada terbatas. Hanya karena rahmat, taufik serta hidayah-Nya semata penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul ” **Model Korset Dengan Bahan Dasar Support Bambu Untuk Mengurangi Nyeri LBP Pada Pengemudi Bus Di Kota Surakarta**”.

Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk memenuhi mendapatkan gelar sarjana sains terapan fisioterapi. Di Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini tidak lupa kiranya penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak:

1. Prof. Bambang Setiaji. Selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Arif Widodo. A.Kep. M.Kes. Selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Umi Budi Rahayu SST.Ft.S.Pd. M.Kes. Selaku ka.Progdi Fisioterapi di UMS ini.
4. Bapak Totok Budi S, SSTFT, S.Pd dan bapak Wijiyanto, SSTFT selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan,dorongan moril,nasehat serta petunjuk sejak awal sampai penelitian ini selesai.
5. Ibu Sella Komala S, SSTFT sebagai penguji yang telah memberikan nasehat, bimbingan dan petunjuk sampai penelitian ini selesai.
6. Para dosen dan staff pengajar program Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan UMS yang telah memberikan bimbingan, materi, teori yang bermanfaat pada peningkatan ketrampilan dalam bidang Ilmu Fisioterapi.
7. Seluruh teman Fisioterapi Program Diploma IV Fakultas Ilmu Kesehatan UMS yang telah memberikan dorongan semangat untuk kekompakan sejak awal
8. Bapak dan Ibu dirumah dan keluarga tercinta yang selalu mendukung dan mendo'akan dalam menempuh pendidikan Fisioterapi di Fakultas Ilmu Kesehatan UMS sampai selesai.
9. Para responden yang telah iklas untuk menjalankan program fisioterapi berkaitan dengan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih kurang dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran beserta masukan yang membangun demi sempurnanya skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Surakarta, 2012

Penulis

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan bagi orang-orang yang telah mendukungku baik secara moril maupun materil, terutama kepada kedua orang tuaku yang tak bosan-bosan untuk terus memotivasiku, dan terutama untukmu Ibu mungkin ini hanya sebagian kecil hal untuk membahagiakanmu, kepada saudara-saudariku terima kasih untuk dukungan kalian.

## **MOTTO**

**“AGAMA TANPA ILMU ADALAH BUTA, ILMU TANPA AGAMA ADALAH LUMPUH”.**

**“TERPURUK DALAM MASALAH ADALAH PELUANG HEBAT UNTUK KITA”.**

**“COBALAH TIDAK UNTUK MENJADI SESEORANG YANG SUKSES, AKAN TETAPI MENJADI SESEORANG YANG BERNILAI”.**

**“SAYA TIDAK MEMILIKI BAKAT TERTENTU, SAYA HANYA INGIN TAHU”.**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN DEKLARASI.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
ABSTRAK .....	xii
 BAB I     PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	7
 BAB II    KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Teori .....	8
1. Anatomi Terapan .....	8
2. Posisi duduk pada pengemudi bus .....	18



3. Intervensi.....	26
B. Kerangka Berpikir .....	28
C. Kerangka Konsep.....	29
D. Hipotesis .....	29
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Tujuan Operasional Penelitian .....	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	30
C. Metode Penelitian .....	30
D. Populasi dan Sampel .....	31
E. Instrument Penelitian .....	32
F. Definisi Operasional .....	34
G. Tehnik Analisa Data.....	35
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Karakteristik Responden.....	36
B. Hasil Pengolahan Data.....	38
C. Pembahasan.....	44
a. Karakteristik Subyek Penelitian.....	44
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	52
B. Saran .....	52

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Karakteristik responden penelitian berdasarkan Usia .....	36
Tabel 4.2	Karakteristik responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh(IMT) .....	37
Tabel 4.3	Karakteristik responden penelitian berdasarkan lama kerja ....	37
Tabel 4.4	Nilai Nyeri LBP 30 Pengemudi Bus Sebelum dan Setelah Menggunakan Korset Dengan Bahan Dasar Support Bambu .	38
Tabel 4.5	Cara menghitung Varians dan Simpangan Baku Nyeri LBP 30 Pengemudi Bus Sebelum menggunakan Korset .....	40
Tabel 4.6	Cara menghitung Varians dan Simpangan Baku Nyeri LBP 30 Pengemudi Bus Sesudah menggunakan Korset .....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Struktur collumna vertebralis dilihat dari lateral, posterior dan anterior .....	10
Gambar 2.2	Otot-otot bagian posteror .....	11
Gambar 2.3	Otot-otot bagian anterior dan lateral .....	13
Gambar 2.4	Posisi mengemudi yang benar .....	18
Gambar 2.5	Vertebrae .....	23
Gambar 2.6	Bagan Kerangka Berpikir .....	28
Gambar 2.7	Skema Kerangka Konsep .....	29
Gambar 4.1	Grafik sebelum dan sesudah .....	46

## **ABSTRAK**

**PROGRAM STUDI DIV FISIOTERAPI**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**SKRIPSI, MARET 2012**

RENDRA GITA AULIA MAHUQI HALKIM

### **“MODEL KORSET DENGAN BAHAN DASAR SUPPORT BAMBU UNTUK MENGURANGI NYERI LBP PADA PENGEMUDI BUS DI KOTA SURAKARTA”**

( Dibimbing oleh : Totok Budi S, SSTFT, MPH. dan Wijianto, SSTFT )

TERDIRI : V BAB, 52 HALAMAN, 6 TABEL, 8 GAMBAR

Permasalahan keluhan nyeri punggung bawah atau *LBP* adalah manifestasi dari keadaan patologik yang terjadi pada jaringan-jaringan di area pinggang, banyak faktor yang bisa memicu terjadinya nyeri punggung bawah ini, salah satu yang banyak terjadi di masyarakat adalah akibat dari faktor-faktor mekanik yang sangat membebani tulang punggung bagian bawah, salah satu contohnya adalah dengan duduk dalam jangka waktu yang lama dan dalam kondisi yang statis, fenomena ini terjadi pada pengemudi kendaraan bermotor seperti bus.

Posisi duduk dalam jangka waktu yang lama dan dalam keadaan yang statis akan sangat membebani tulang punggung bawah dan akan menimbulkan rasa pegal dan lelah pada area pinggang, hal ini akan diperberat ketika pengemudi duduk dengan posisi yang salah atau tidak sesuai postur, maka akan terjadi ketegangan pada otot-otot daerah pinggang, sehingga rasa lelah akan muncul dengan cepat, dan jika terus berulang-ulang dengan kondisi seperti itu maka rasa nyeri akan timbul.

Penerapan modalitas untuk mengurangi nyeri punggung bawah ini harus diterapkan, salah satunya dengan menggunakan korset, selain untuk mengurangi nyeri korset juga untuk mengoreksi postur yang salah pada pengemudi bus, jadi selain untuk alat terapi korset juga digunakan sebagai alat pencegahan, akan tetapi tidak dianjurkan pemakaian korset ini secara terus menerus karena akan berdampak negative untuk tulang punggung bawah, diperlukan sebuah pemahaman dan edukasi yang tepat dari terapis agar hasil yang diharapkan tercapai.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah model korset dengan bahan dasar support bamboo dapat mengurangi nyeri *LBP* pada pengemudi bus, dengan menggunakan jenis penelitian *Quasi Eksperimental*, adapun jenis desain penelitiannya adalah *pre and post tes*, teknik pengambilan sample secara *Purposive sampling*, jumlah sample sebanyak 30 responden, analisa data menggunakan statistik *Parametric* dengan metode Uji Beda ( *T test* ), Hasil yang diperoleh yaitu harga *t* hitung lebih besar dari harga *t* table ( $9,672 > 2,000$ ), sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya ada pengurangan tingkat nyeri setelah memakai korset dengan bahan dasar support bambu.

Kata kunci : Korset bambu, Nyeri punggung bawah, Pengemudi bus.